

MENÚ DEL MES

-OCTUBRE 2026 -

1. En cas d'algun imprevist, ens podem veure obligats a modificar aquest menú sense previ avís.

2. És molt important avisar a l'aula en el cas de que a l'infant, per recomanació del pediatra, no se li hagi introduït algun aliment com pot ser la vedella, el peix, l'ou, els fruits secs o el gluten entre altres. Seguirem les pautes establertes per les famílies.

Per tema al·lèrgens s'ha de fer la introducció dels nous aliments a casa almenys dues vegades abans que es doni a l'escola bressol.

4. Les amanides i les verdures al forn o a la planxa són majoritàriament d'acompanyament per crear l'hàbit saludable.

6. La fruita és de temporada

7. El pa és sempre integral



GRANS OCTUBRE

			DIJOURS 1 -Crema de carbassó -Pollastre al forn amb ceba, tomàquet i moniato -Pinya en el seu suc	DIVENDRES 2 <i>Amanida verda amb blat de moro</i> -Arròs caldos amb bacallà i verdures -Flam casolà i sense sucre
DILLUNS 5 -Crema de llenties -Truita a la francesa -logurt	DIMARTS 6 -Sopa amb fideus -Carn magra guisada amb arròs integral -Mandarina	DIMECRES 7 -Crema de carbassa - Lluç arrebossat amb farina de cigrons i mongetes verdes al vapor -Crema de plàtan	DIJOURS 8 <i>Pastanaga ratllada amb alvocat i blat de moro</i> -Fideus caldosos amb pollastre, verdures i mongeta vermella -Macedònia (poma, kiwi i suc de taronja)	DIVENDRES 9 - Amanida verda amb tomàquet i olives -Macarrons amb carn de vedella -Pastís de poma
DILLUNS 12 -Crema de naps i xirivies -Llenguado al forn amb ceba, tomàquet i patates -Plàtan	DIMARTS 13 -Pastanaga ratllada amb blat de moro -Escudella amb carn d'olla -logurt	DIMECRES 14 -Vichisoiisse -Brandada de bacallà -Mandarina	DIJOURS 15 <i>Lasanya de carbassó amb tonyina</i> -Estofat de gall dindi amb verdures i patates -Llesques de pera	DIVENDRES 16 - Crema de pèsols -Truita de patates amb ceba -Arròs amb llet
DILLUNS 19 -Hummus de cigrons -Pasta amb verdures saltejades i xampinyons -logurt	DIMARTS 20 - Sopa amb fideus -Mandonguilles de peix (Lluç) amb salsa de verdures -Mandarina	DIMECRES 21 -Crema de pastanaga -Cap de llom al forn amb mongetes verdes al vapor -Poma al forn	DIJOURS 22 <i>Amanida verda amb tomàquet i blat de moro</i> -Arròs amb sofregit de verdures, pèsols, carxofes, sépia i gambes -Natilles casolanes i sense sucre	DIVENDRES 23 -Crema de carbassó -Pollastre guisat amb patates al caliu -Llesques de pera
DILLUNS 26 -Crema de verdures -Rap amb suquet -Gelatina de pinya casolana	DIMARTS 27 -Llenties guisades amb verdures -Truita de carbassó i ceba -logurt	DIMECRES 28 -Crema de carbassa -Guisat de conill amb arròs integral -Mandarina	DIJOURS 29 -Pasta de full amb carbassa -Galtes de porc amb patates, mongetes i pastanagues al vapor. -Llesques de poma	DIVENDRES 30 <i>-Torrades amb hummus</i> -Macarrons amb carn de vedella -Formatge batut amb compota de poma

PETITS OCTUBRE

			DIJOUS 1 Carbassons , ceba, tomàquet , moniato amb pollastre	DIVENDRES 2 Mongeta verda, porro i patates amb bacallà
DILLUNS 5 Carbassons, ceba , quinoa i llenties	DIMARTS 6 Carbassa ,ceba ,pèsols i patates amb carn magra	DIMECRES 7 Mongetes verdes, ceba i patates amb lluç	DIJOUS 8 Carbassa, coliflor, ceba i tapioca amb pollastre	DIVENDRES 9 Mongetes verdes, ceba i patates amb vedella
DILLUNS 12 Patates, xirivies, nap amb llenguado	DIMARTS 13 Carbassons , ceba, tomàquet , moniato amb pollastre	DIMECRES 14 Mongeta verda, porro i patates amb bacallà	DIJOUS 15 Pastanaga ,patates , tomàquet amb gall dindi	DIVENDRES 16 Carbassa, porro, moniato amb ou
DILLUNS 19 Carbassa, ceba i quinoa amb cigrons	DIMARTS 20 Sèmola d'arròs amb lluç	DIMECRES 21 Pastanagues, carbassons, porro i patates amb porc	DIJOUS 22 Pèsols, pastanagues, patates i conill	DIVENDRES 23 Mongetes verdes, ceba, tomàquet i moniato amb pollastre
DILLUNS 26 Carbassons, ceba, pastanagues i patates amb rap	DIMARTS 27 Carbassa, porro, moniato amb ou	DIMECRES 28 Mongetes verdes , patates, tomàquet i conill	DIJOUS 29 Pastanagues, carbassons, porro i moniato amb porc	DIVENDRES 30 Carbassa, bròquil, porro, tomàquet i vedella

BERENARS OCTUBRE

			DIJOUS 1 Batut de civada , pera i iogurt Magdalenes de poma sense sucre i casolanes	DIVENDRES 2 Pa amb llesques formatge Plàtan
DILLUNS 5 Pa amb tomàquet i pernil salat Poma al forn	DIMARTS 6 Arròs amb llet Llesques de pera	DIMECRES 7 Pa amb alvocat i gall dindi Llesques de poma	DIJOUS 8 Gelatina de pinya Galletes de civada casolanes i sense sucre	DIVENDRES 9 Pa amb pernil dolç Batut de plàtan i pera
DILLUNS 12 Pa de motllo amb pernil dolç i formatge Poma al forn	DIMARTS 13 Pa amb tomàquet i gall dindi Pinya en el seu suc	DIMECRES 14 Pa amb crema de xocolata casolana i sense sucre Macedònia de pera, plàtan i suc de taronja	DIJOUS 15 iogurt Pancakes de plàtan	DIVENDRES 16 Pa amb tomàquet i pernil salat Compota de poma, pera i plàtan casolana i sense sucre
DILLUNS 19 Pa amb alvocat i gall dindi Batut de pera i plàtan	DIMARTS 20 Magdalenes de xocolata i dàtil sense sucre i casolanes Llesques de poma	DIMECRES 21 Pa amb tomàquet i pernil salat Llet	DIJOUS 22 Pa amb xocolata 70% cacau Pinya en el seu suc	DIVENDRES 23 Pizza de tonyina casolana Plàtan
DILLUNS 26 Pa amb llesques de formatge Pera al forn	DIMARTS 27 Pa amb gall dindi Compota de pera i plàtan	DIMECRES 28 Pa amb tomàquet i pernil dolç Llet	DIJOUS 29 iogurt Pastis de pastanaga i plàtan	DIVENDRES 30 Pa amb xocolata 70% de cacau Mandarina

